



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 22.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
170	Чикенбургер	ккал-431, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-45	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
120	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-53, Углеводы-12	
501	Итого за Завтрак	ккал-529, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-68	80-00
Обед			
12,5/20	Борщ с капустой, картофелем,	ккал-130, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
0/5/1	цыпленком со сметаной и укропом.	ккал-249, Белки-8, Жиры-23, Углеводы-3	
100	Мясо тушёное с соусом.	ккал-234, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-36	
180	Макаронны отварные с маслом и икрой кабачковой	ккал-62, Углеводы-15	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
60	Хлеб пшеничный	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
30	Хлеб ржаной.		
788,5	Итого за Обед	ккал-923, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-116	105-00
Полдник СВО			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 23.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

ООО "КШП"

Т.И. Харискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
250	Плов из птицы с консервированной кукурузой	ккал-396, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-52	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
511	Итого за Завтрак	ккал-627, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-87	80-00
Обед			
14/200/1	Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками мясными и зеленью	ккал-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	
100	Котлеты рыбные с соусом томатным.	ккал-133, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным	ккал-101, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-13	
200	Компот из изюма..	ккал-94, Углеводы-23	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной .	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
755	Итого за Обед	ккал-702, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-113	105-00
Полдник СВО			
100	Булочка "Плетёнка"	ккал-391, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-57	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-436, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-68	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер - калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 25.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Запеканка из творога с рисом с соусом молочным сладким	ккал-380, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-35	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
60	Яблоко свежее (нарезка)	ккал-27, Углеводы-6	
501	Итого за Завтрак	ккал-542, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-70	80-00
<u>Обед</u>			
10/200/	Суп картофельный с пшеном, с рыбой и 1 укропом	ккал-108, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16	
100	"Медальон" мясной с соусом томатным	ккал-130, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-11	
150	Рагу из овощей.	ккал-137, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-15	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
751	Итого за Обед	ккал-689, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-108	105-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Рожок с повидлом	ккал-334, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-58	
200/11/3	Чай с лимоном и сахаром.	ккал-46, Углеводы-11	
5			
314,5	Итого за Полдник СВО	ккал-379, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-70	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шапцова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 24.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Омлет натуральный.	ккал-97, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-1	
180/15/ 6	Макаронные изделия отварные с сыром, маслом сливочным	ккал-290, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-41	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный..	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
502	Итого за Завтрак	ккал-522, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-71	80-00
<u>Обед</u>			
200/1	Суп рисовый с томатом, чесноком и укропом	ккал-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	
100	Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным соусом.	ккал-163, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7	
150	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	ккал-139, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
741	Итого за Обед	ккал-758, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-117	105-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	Плюшка "Московская"	ккал-358, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-60	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-403, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-71	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с 7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 26.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Т.Н.Аврискина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
260	<i>Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом консервированным.</i>	ккал-386, Белки-8, Жиры-29, Углеводы-23	
200/11/3,5	<i>Чай с лимоном и сахаром.</i>	ккал-46, Углеводы-11	
40	<i>Хлеб пшеничный.</i>	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
514,5	Итого за Завтрак	ккал-552, Белки-12, Жиры-30, Углеводы-58	80-00
<u>Обед</u>			
200/5/1	<i>Солянка Домашняя со сметаной и зеленью.</i>	ккал-109, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-7	
105	<i>Котлеты рубленые из цыплят с томатным соусом.</i>	ккал-132, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-12	
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным</i>	ккал-187, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Компот из сухофруктов.</i>	ккал-72, Углеводы-18	
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	<i>Хлеб ржаной.</i>	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
751	Итого за Обед	ккал-748, Белки-28, Жиры-18, Углеводы-120	105-00
<u>Полдник СВО</u>			
100	<i>Крендель Сахарный.</i>	ккал-292, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-61	
200/11	<i>Чай с сахаром.</i>	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-337, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 43 г.о.Самара для возрастной категории с
7 до 11 лет

Меню дневного рациона на 27.04.2024

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "КШП"

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Сливочная индюшка с соусом.	ккал-165, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-6	
165	Каша гречневая вязкая с маслом и огурцом свежим порционно.	ккал-147, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный.	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
516	Итого за Завтрак	ккал-477, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-62	80-00
Обед			
12,5/20	Борщ с капустой, картофелем, 0/5/1 цыпленком со сметаной и укропом.	ккал-130, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-11	
100	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	ккал-140, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Пюре гороховое.	ккал-236, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Паниток из апельсинов.	ккал-67, Углеводы-17	
60	Хлеб пшеничный	ккал-181, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-36	
30	Хлеб ржаной.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
758,5	Итого за Обед	ккал-821, Белки-38, Жиры-21, Углеводы-121	105-00
Полдник СВО			
100	Гребешок "Школьный"	ккал-357, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-61	
200/11	Чай с сахаром.	ккал-45, Углеводы-11	
311	Итого за Полдник СВО	ккал-402, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-72	35-86

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.